

GRUPO DE SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

MENTAL HEALTH GROUP: A REPORT OF EXPERIENCE IN THE UNIVERSITY EXTENSION

Maria de Lourdes Custódio Duarte,¹ Thanyze Axel Kjellin Galuschka²

¹ Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS/Porto Alegre, RS/Brasil.

Autor correspondente: Maria de Lourdes Custódio Duarte e-mail: malulcd@yahoo.com.br

RESUMO

Os transtornos mentais constituem um grave problema de saúde mental em âmbito mundial e afetam pessoas de todas as idades, culturas e níveis socioeconômicos. Dentre as inúmeras estratégias de apoio, de inserção e de estímulo à continuidade ao tratamento de pessoas com transtornos mentais, destacam-se os grupos na comunidade. Este estudo relata a experiência de uma acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, vinculada ao Projeto de Extensão ESF Pitoresca-Grupo Evolução, no período de 2014 e 2015. Evidenciou-se que os transtornos mentais que acometem com mais frequência os usuários do grupo são os de ansiedade, esquizofrenia, depressão e transtorno afetivo bipolar. Dessa maneira, a equipe da ESF Pitoresca, juntamente com a Universidade, entende essa atividade como uma ação que contribui no atendimento em saúde mental, sendo uma atividade que reinventa a vida em seu aspecto mais cotidiano.

Palavras-chave: Saúde mental. Serviços de saúde. Enfermagem. Saúde da família. Grupo de autoajuda.

Submetido em: 18/1/2016

Aceito em: 11/5/2017

ABSTRACT

Mental disorders are a serious mental health problem worldwide and affect people of all ages, cultures and socioeconomic status. Among the innumerable strategies of support, insertion and encouragement of continuity of treatment for people with mental disorders, the groups in the community stand out. This study reports the experience of an academic of the Nursing course of the Federal University of Rio Grande do Sul linked to the extension project titled Extension Project ESF Pitoresca-Evolution Group, in the period of 2014 and 2015. It was evidenced that the mental disorders that Most commonly users of the group are those of anxiety, schizophrenia, depression and bipolar affective disorder. In this way, the ESF Pitoresca team together with the University understands this activity as an action that contributes to mental health care, being an activity that reinvents life in its most everyday aspect.

Keywords: Mental health. Health services. Nursing. Family health. Self Help Group.

INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais constituem um grave problema de saúde mental em âmbito mundial e afetam pessoas de todas as idades, culturas e níveis socioeconômicos. Estima-se que a depressão severa representa, atualmente, a quarta causa de incapacidade no Brasil e está próxima a ser a segunda em escala mundial. Dos 450 milhões de pessoas que expõem sofrer de algum transtorno em saúde mental, menos da metade recebe a atenção devida (FEDERACIÓN..., 2009). No Brasil, aproximadamente 15% a 20% da população apresentam algum tipo de sofrimento psicossocial, necessitando de cuidados no campo da saúde mental (ROCHA et al., 2010).

A partir de 1990 ocorreram mudanças em relação às políticas de saúde mental caracterizadas pela reestruturação da assistência psiquiátrica, melhor aplicação dos recursos financeiros e desenvolvimento de serviços integrados à atenção básica. A ênfase era o desenvolvimento de dispositivos comunitários visando ao tratamento precoce, contínuo e eficiente na reabilitação e reinserção do usuário da saúde mental (KINKER, 2017).

Nos últimos anos, o Ministério da Saúde vem estimulando a inclusão de políticas de expansão, formulação, formação e avaliação da Atenção Básica direcionadas aos problemas de saúde mental e aos usuários, enfatizando a criação de equipes nessa rede de atenção com fortes vínculos com os profissionais da saúde mental (BRASIL, 2007).

Essas transformações na área da saúde mental iniciaram no final dos anos 70 e começo dos 80, com o movimento dos trabalhadores reivindicando mudanças na assistência destinada às pessoas com transtornos mentais e na legislação. Esse movimento foi intitulado Reforma Psiquiátrica. A Reforma preconizou o fechamento dos manicômios e propôs a criação de uma rede de serviços de saúde mental no território (BEZERRA et al., 2016).

É nesse contexto que se insere a Estratégia de Saúde da Família (ESF). Os profissionais da ESF devem trabalhar na lógica de um cuidado humano com ênfase no vínculo, no acolhimento e na escuta, incluindo a família no tratamento.

Algumas características foram atribuídas à prática da saúde mental na atenção básica, entre elas: estar associada às demais ações da atenção básica; assegurar o bem-estar da comunidade e do indivíduo; privilegiar as ações preventivas, individuais e coletivas; alocar os programas de saúde mental em diferentes serviços de atenção básica formando uma rede de suporte e cuidados; realizar ações diretas e indiretas; utilizar novas estratégias de abordagem em saúde; ter governabilidade; agregar profissionais com diferentes formações, implicar a comunidade e, por fim, considerar as características desta comunidade (RÉZIO, 2015).

Nesse contexto, há incorporação de novos profissionais às equipes, consolidando a ideia do ser biopsicossocial que merece ser acompanhado de diferentes formas e por diversos saberes em um projeto terapêutico singular, no qual a pessoa com transtorno mental e sua família são protagonistas desse processo (CASSOL et al., 2012).

A dinâmica de saúde mental na atenção básica permite melhor organização no atendimento, tratando as pessoas com problemas mentais na sua própria realidade. Assim, dentre as inúmeras estratégias de apoio utilizadas pelos profissionais das unidades da ESF destinadas às pessoas com transtornos mentais visando à inserção e reinserção social e à continuidade do tratamento, destacam-se os grupos terapêuticos de saúde mental.

O grupo funciona como uma ferramenta de cuidado, sendo um recurso usado por profissionais de saúde, pois os auxilia a aliviar sentimentos de solidão e isolamento social, possibilitando troca de experiências e reflexão aos

usuários e, conseqüentemente, aos seus familiares (OLIVEIRA; CALDANA, 2016). Neste contexto, percebe-se a importância que os grupos possuem no processo terapêutico utilizado pelos profissionais da ESF.

Esses espaços possibilitam um momento em que os sujeitos podem compartilhar problemas entre si, sendo esta uma forma de se sentirem incluídos no território e apoiados no tratamento, superando dificuldades inerentes ao seu cotidiano (CASSOL et al., 2012) juntamente com seus familiares. Dessa maneira, esse recurso torna-se fundamental no trabalho na área de saúde mental, pois o grupo auxilia no alívio de sentimentos negativos em relação ao tratamento e orientações, possibilitando trocas de experiências entre os membros do grupo e reflexões e enfrentamentos sobre o seu modo de viver com a doença (OLIVEIRA; CALDANA, 2016).

As intervenções em grupo podem facilitar o conhecimento e manejo de informações, a expressão e elaboração das emoções relacionadas à doença, o reforço do suporte familiar e social, além de melhorar o contato com a equipe de saúde. Destinam-se a favorecer o encontro entre pessoas que vivenciam conflitos e ansiedades semelhantes, mediado por profissionais da área da saúde, que, em conjunto, constroem novas possibilidades de mais bem viver ante a uma determinada situação (MELO, 2016).

As atividades dos grupos de apoio com usuários apresentam-se como metodologias assistenciais utilizadas pelos profissionais da saúde/enfermagem com objetivo terapêutico e como ferramentas de cuidado. O papel do enfermeiro, no grupo, durante a atividade grupal, é a escuta, estabelecendo o processo de comunicação e relacionamento terapêutico (TOSSIN et al., 2016).

O trabalho em grupo permite não apenas a reflexão pessoal em busca de um melhor posicionamento diante dos problemas do cotidiano, mas também o fortalecimento do sentimento de fazer parte de um coletivo, sendo possível trocar experiências e verbalizar sentimentos que afetam diretamente a maior parte dos integrantes do grupo (DUARTE et al., 2014). Assim, é no cenário da ESF que se insere o Grupo Terapêutico Evolução.

O Grupo Evolução tem como objetivo atuar conjuntamente com a equipe, usuários e familiares na inserção social e na manutenção do tratamento por meio do estabelecimento de vínculo, escuta e acolhimento. Propicia novas relações com o outro no espaço do território, por intermédio da socialização, da fala e da convivência.

Este estudo relata a experiência de uma acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul vinculada ao Projeto de Extensão ESF Pitoresca-Grupo Evolução, no período de 2014 e 2015, junto ao grupo.

Os programas de extensão universitária proporcionam o estreitamento na relação instituição de ensino-sociedade, facilitando a troca de saberes entre discentes, docentes e comunidade. Falando-se especificamente no setor de saúde, a extensão oferta espaços singulares de aprendizado e qualificação para os colaboradores do sistema de saúde (DUARTE et al., 2012).

Assim, pretende-se, com este relato, contribuir para o entendimento de profissionais da rede de serviços de saúde mental, acadêmicos e população em geral sobre os benefícios dessa modalidade terapêutica para os usuários, bem como mostrar a importância da inserção de alunos na comunidade, promovendo a aproximação da universidade com os serviços territoriais.

ESF PITORESCA

A ESF Pitoresca, inaugurada em junho de 2002, pertence ao distrito de saúde Partenon/Lomba Pinheiro, na zona leste de Porto Alegre. É composta por duas equipes de ESF, Equipe 1 e Equipe 2, ambas constituídas por uma enfermeira, uma médica, dois técnicos de enfermagem e quatro agentes de saúde comunitária que atendem um território composto por 1.450 famílias totalizando 4.915 pessoas, sendo 2.253 homens e 2.262 mulheres (KOHLRAUSCH, 2012).

Os serviços oferecidos pela ESF são: acolhimento, atendimento em pediatria, ginecologia e clínica médica, vacinação, curativos, medicações injetáveis, teste do pezinho, nebulizações, coleta de preventivo do câncer de colo uterino, distribuição de medicamentos e visitas domiciliares, além dos programas do Ministério da Saúde: Nascer, Pré-crescer, Esperança, Pré-natal, Pré-nenê, Cuidando da Mãe e do Bebê, Hipertensão (acompanhamento de hipertensos e diabéticos) e grupo de saúde mental.

Dentre as atividades realizadas na ESF Pitoresca destaca-se o Grupo Evolução, destinado a pessoas com transtornos mentais.

O GRUPO EVOLUÇÃO

Em 2007, por iniciativa de uma médica colaboradora da equipe da ESF, em parceria com uma professora enfermeira da UFRGS, atuante na área de saúde mental, criou-se o grupo terapêutico denominado Grupo Evolução.

Tal atividade é realizada mensalmente nas sextas-feiras, com participação em média de 10 usuários, sendo três homens e sete mulheres. A professora da Universidade é quem coordena o Grupo, com a participação de um Agente Comunitário de Saúde (ACS) da ESF e uma aluna da 7ª etapa do curso de Enfermagem da UFRGS que é vinculada ao projeto de extensão.

A extensão universitária é um campo de práticas profissionais que pode ofertar para a sociedade, dentre outras possibilidades, espaços inovadores de cuidado para as necessidades de saúde, as quais podem emergir (FERREIRA, 2015), por exemplo, a partir do diagnóstico de transtorno mental, como é o caso do Grupo Evolução.

No Grupo Evolução a presença do ACS é de suma importância para a realização dos encontros, posto que esses profissionais estão inseridos na comunidade e compartilham da cultura local, além de conhecerem todos os participantes do grupo.

Os ACSs destacam-se como sendo o elo entre os profissionais da ESF e a comunidade, por residirem na área onde atuam e por conhecerem e conviverem com a realidade do meio. Este trabalhador compartilha e interage com os valores da sua comunidade, conhece a linguagem utilizada para comunicação entre os moradores locais, percebe as satisfações e insatisfações da população sobre as ações que estão sendo desenvolvidas pelos profissionais e as mazelas existentes neste ambiente (SPERONI et al., 2016).

Com estes atributos instituídos no cotidiano de seu trabalho, os ACSs assumem a responsabilidade de levantar as necessidades de saúde do local onde residem e procurar medidas de intervenção junto a equipe multiprofissional para melhorar a qualidade de vida e as condições de saúde da população de sua abrangência (SPERONI et al., 2016).

Os possíveis usuários candidatos ao Grupo Evolução são discutidos em reunião de equipe semanal, na qual enfermeiro, médico, técnicos de enfermagem e os agentes discutem os casos e avaliam a indicação ou não ao Grupo em uma perspectiva multidisciplinar de trabalho em equipe. Cabe salientar que a coordenadora do Grupo e a aluna de extensão participam dessa reunião a fim de contribuírem na discussão dos casos, dos novos usuários que chegam e dos que faltam, por exemplo.

O trabalho em equipe é uma forma eficiente de estruturação, organização e aproveitamento das habilidades humanas. Possibilita uma visão mais global e coletiva do trabalho, reforça o compartilhamento de tarefas e a necessidade de cooperação para alcançar objetivos comuns (DUARTE; BOECK, 2015).

A partir da indicação de um usuário para o grupo, a equipe entra em contato com o mesmo e apresenta a proposta de inserção do Grupo Evolução para o encontro seguinte. O encontro do Grupo tem duração de aproximadamente 1 hora e 30 minutos e desenvolve-se em três tempos. O primeiro consiste em uma roda de conversa na qual os usuários expõem seus sentimentos, aflições, angústias, superação de obstáculos, acontecimentos do cotidiano, relação com a doença e o uso de medicamentos, dentre outros assuntos. No segundo momento faz-se uma dinâmica e uma exposição sobre assuntos relacionados à saúde mental, que são escolhidos pelos próprios usuários. O terceiro momento é o encerramento com um lanche coletivo. Esta é uma etapa especial para os usuários, pois muitos deles interagem muito pouco, o que proporciona um momento de formação e estreitamento de vínculos, interação com o outro, trocas de experiências e descontração.

No dia que antecede o encontro é feita uma ligação para os usuários, lembrando-lhes do compromisso no dia seguinte. É necessária tal atitude, pois alguns usuários possuem limitações cognitivas importantes ou déficit de memória. Ainda, no início de cada ano, no primeiro encontro, os usuários recebem um cronograma com as datas dos Grupos em formato de ímã, para que eles possam visualizá-lo com frequência e consigam se organizar para o evento.

Os transtornos mentais que acometem com maior frequência os usuários frequentadores do grupo são os transtornos de ansiedade em geral, esquizofrenia, depressão e transtorno afetivo bipolar. Dessa maneira, a equipe da ESF Pitoresca, juntamente com a Universidade, entende esse espaço como um dispositivo de atendimento que contribui no tratamento em saúde mental no âmbito da comunidade e território.

Este território de que falamos não é apenas físico; trata-se de um conceito mais amplo. Um território que também é político, social e cultural; o lugar onde as pessoas constroem suas histórias de vida (SILVA et al., 2016). É neste território que o Grupo Evolução está inserido.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho evidenciou que o Grupo Evolução é uma estratégia que pode ser utilizada para a consolidação das novas práticas de saúde mental, incentivando a reabilitação psicossocial, a inserção social dessas pessoas com transtornos mentais e o início e/ou a continuidade do tratamento.

Entende-se que a formação de vínculo entre profissionais, universidade e usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) resulta em um ambiente terapêutico motivacional, em que a pessoa em sofrimento psíquico vivencia a manutenção do seu tratamento sendo protagonista do seu próprio projeto terapêutico. Cabe à ESF seguir investindo em espaços de fala, escuta e acolhimento para essas pessoas a partir dos pressupostos da Reforma Psiquiátrica.

Além de resultados positivos para usuários e seus familiares gerados pelo espaço do Grupo Evolução, destaca-se a importância das atividades desenvolvidas que visam à melhoria da formação acadêmica por intermédio de um projeto de extensão para a aluna inserida. Certamente essa futura profissional será mais sensível às demandas de saúde e de cuidado advindas das pessoas com transtornos mentais.

A participação da acadêmica de Enfermagem no Grupo, portanto, proporcionou novas formas de entender o sofrimento psíquico, fortalecendo a interação entre a teoria e a prática, desenvolvendo o pensamento crítico, além de qualificar a assistência prestada à população do território da ESF.

REFERÊNCIAS

- BEZERRA, I. C. et al. Uso de psicofármacos na atenção psicossocial: uma análise à luz da gestão do cuidado. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 40, n. 110, p. 148-161, jul./set. 2016.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. *Relatório de Gestão 2003-2006: Saúde Mental no SUS: acesso ao tratamento e mudança do modelo de atenção*. Brasília: Ed. do Ministério da Saúde, 2007.
- CASSOL, P. B. et al. Tratamento em um grupo operativo em saúde: percepção dos usuários de álcool e outras drogas. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 1, n. 33, p. 132-138, mar. 2012. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/2166>>. Acesso em: 28 ago. 2013.
- DUARTE, M. L. C.; BOECK, J. N. O trabalho em equipe na enfermagem e os limites e possibilidades da Estratégia Saúde da Família. *Trabalho, Educação e Saúde*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 3, p. 709-720, set./dez. 2015.
- DUARTE, M. L. C. et al. O grupo de tabagismo em um ambulatório de saúde mental no Rio Grande do Sul. *Revista Contexto & Saúde*, Ijuí: Ed. Unijuí, v. 14, n. 27, p. 75-80, jul./dez. 2014.
- _____. Práticas integradas em saúde coletiva: a experiência de um programa de extensão no sul do país. *Revista Contexto & Saúde*, Ijuí: Ed. Unijuí, v. 11, n. 22, p. 15-19, jan./jun. 2012.
- FEDERACIÓN MUNDIAL PARA LA SALUD MENTAL. Salud mental en la atención primaria: los tratamientos y promoviendo la salud mental. 2009. Disponível em: <<http://www.wfmh.org/WMHD%2009%20Languages/SPANISH%20WMHD09.pdf>>. Acesso em: 11 dez. 2015.
- FERREIRA, C. B. A construção do cuidado em psico-oncologia em um projeto de extensão universitária. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 20, n. 4, p. 521-527, out./dez. 2015.
- KINKER, F. S. Um hospício em crise: imagens de uma experiência de desinstitucionalização. *Interface*, Botucatu, v. 21, n. 60, p. 189-198, jan./mar. 2017.
- KOHLRAUSCH, E. R. *Avaliação das ações de saúde mental relacionadas ao indivíduo com comportamento suicida na Estratégia Saúde da Família*. 2012. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Enfermagem, Porto Alegre, 2012.
- MELO, L. P. É como uma família: significados atribuídos a grupos de educação em saúde sobre diabetes por profissionais da saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 21, n. 8, p. 2.497-2.506, ago. 2016.
- OLIVEIRA, T. T. S. S.; CALDANA, R. H. L. Psicologia e práticas psicossociais: narrativas e concepções de psicólogos de Centros de Atenção Psicossocial. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, Londrina, v. 7, n. 2, p. 2-21, dez. 2016.
- RÉZIO, L. A. Contribuições do PET-Saúde/Redes de Atenção Psicossocial à Saúde da Família. *Interface*, Botucatu, v. 19, supl. 1, p. 793-803, 2015.
- ROCHA, S. V. et al. Prevalência de transtornos mentais comuns entre residentes de áreas urbanas de Feira de Santana, Bahia. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 13, n. 4, p. 630-640, 2010.

SILVA, A. B. et al. O cuidado ao usuário de crack: estratégias e práticas de trabalho no território. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 37, n. esp., p. 1-7, 2016.

SPERONI, K. S. et al. Percepções dos agentes comunitários de saúde: contribuições para a gestão em saúde. *Revista Cuidarte*, Bucaramanga, v. 7, n. 2, p. 1.325-1.337, 2016.

TOSSIN, B. R. et al. As práticas educativas e o autocuidado: evidências na produção científica da enfermagem. *Revista Mineira de Enfermagem*, Belo Horizonte, v. 20, p. 1-9, 2016.